

Totopos des Bois

Recette au Lichen



INGREDIENTS:

- 200 g de farine
- 10 cl eau
- 5 g de sel
($\frac{1}{2}$ cuillère à café)
- du poivre
- 2-3gr d'Evernia en poudre
($\frac{1}{2}$ cuillère à café)
- Huile de friture

PRÉPARATION:

Recolter une poignée de lichen **Evernia Prunastri**

Nettoyer les lichens puis faire tremper dans 1/2 litre d'eau avec 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude (ou 2 cuillères à soupe de cendres) pendant 10 h puis vider l'eau et renouveler l'opération.

Rincer puis bouillir les lichens pendant 1h.

Après avoir jeté l'eau de cuisson, faire sécher en fines couches sur une surface souple non adhésive (bee wrap, tissu) à proximité d'une source de chaleur

Une fois sec, réduire en poudre.

RECETTE Craquers :

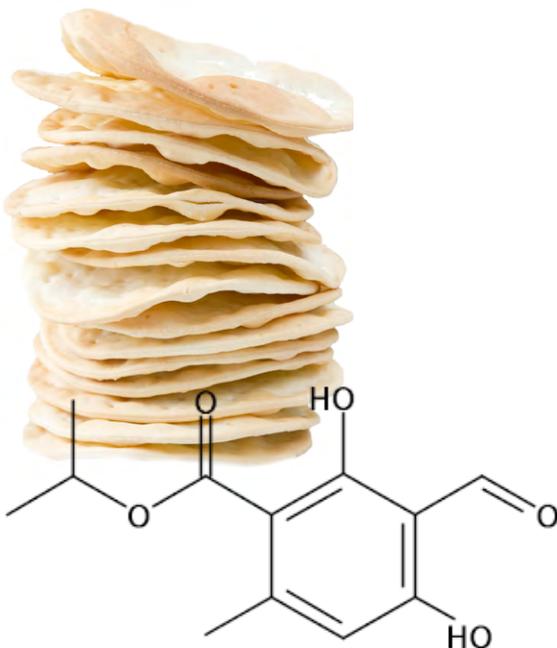
-Mélanger la farine, le sel, le poivre et l'Evernia dans un grand bol. Ajouter l'eau puis mélanger à la cuillère jusqu'à former une pâte homogène.

-Étaler la pâte en fine couche au rouleau sur un plan de travail farinée et découper des *Totopos* aux formes de votre choix (à l'emporte-pièce ou avec une roulette à pâtisserie).

-Sécher les pièces à proximité d'une source de chaleur ou 15 minutes au four à 150°.

-Faire chauffer l'huile à feu moyen-vif. Lorsque l'huile est prête (tester d'abord avec de petits morceaux de pâte), plonger délicatement les *Totopos* séchés. Ils vont gonfler et commencer à boursouffler immédiatement ; Retourner-les rapidement et retirez-les après 30 à 45 secondes.

-Transférer dans une assiette tapissée de papier absorbant et laisser refroidir.



Une recette proposée par :

Julie Escoffier • Héloïse Thouement
dans le cadre d'une réstition de résidence au Château.
Centre international d'art et du paysage de l'île de
Vassivière. © Tous droits réservés.

Conserver dans un contenant hermétique. A déguster seul ou
comme assise de la préparation de votre choix.